



Организация: Потребительское общество "Первомайское"

Название меню: Основное

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

Срок действия меню: 01.09.2023 - 31.12.2023

**№ рецептуры**

**Название блюда**

**Понедельник, 1 неделя**

**Завтрак**

54-11з Салат из моркови и яблок  
54-24к Каша жидкая молочная пшенная  
54-2гн Чай с сахаром  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

**Итого за Завтрак**

**Обед**

54-11с Суп крестьянский с крупой (крупка рисовая)  
54-2т Запеканка из творога с морковью  
54-10г Картофель отварной в молоке  
54-16м Тефтели из говядины с рисом  
54-2соус Соус белый основной

200 Кисель с витаминами "Витошка"  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

**Итого за Обед**

**Итого за день**

**Вторник, 1 неделя**

**Завтрак**

54-11г 41 салат картофельный с капустой свежей и кукурузой  
54-25м Картофельное пюре  
Пром. Курица тушеная с морковью  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный  
Пром. Сок яблочный  
Пром. хлеб пшеничный йодированный

**Итого за Завтрак**

**Обед**

54-1з Сыр твердых сортов в нарезке  
54-28з Свекла отварная дольками  
54-1с Щи из свежей капусты со сметаной  
54-6г Рис отварной  
54-14р Котлета рыбная любительская (минтай)  
54-5соус Соус молочный натуральный  
54-3хн Компот из чернослива  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

**Итого за Обед**

**Итого за день**

### Среда, 1 неделя

#### Завтрак

54-27з Морковь отварная дольками  
54-1к Каша жидкая молочная кукурузная  
54-23гн Кофейный напиток с молоком  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

#### Итого за Завтрак

#### Обед

54-4з Перец болгарский в нарезке  
54-24с Суп картофельный с макаронными изделиями  
54-5г Каша перловая рассыпчатая  
54-31м Оладьи из печени по-кунцевски  
54-2хн Компот из кураги  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

#### Итого за Обед

#### Итого за день

### Четверг, 1 неделя

#### Завтрак

54-8з Салат из белокочанной капусты с морковью  
54-1г Макароны отварные  
54-6м Биточек из говядины  
54-3соус Соус красный основной  
Пром. 200 Кисель с витаминами "Витошка"  
Пром. хлеб пшеничный йодированный

#### Итого за Завтрак

#### Обед

54-11з Салат из моркови и яблок  
54-25с Суп гороховый  
54-10г Картофель отварной в молоке  
54-5.1р Котлета рыбная с морковью (минтай)  
54-2соус Соус белый основной  
54-1хн Компот из смеси сухофруктов  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

#### Итого за Обед

#### Итого за день

### Пятница, 1 неделя

#### Завтрак

53-19з Масло сливочное (порциями)  
54-21к Каша вязкая молочная ячневая  
54-21гн Какао с молоком  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Повидло абрикосовое  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный  
Пром. Батон нарезной

#### Итого за Завтрак

54-2з	<b>Обед</b> Огурец в нарезке
54-7г	83 Борщ с картофелем
54-11р	Рис припущенный
54-32хн	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)
Пром.	Компот из свежих яблок
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
	Хлеб ржано-пшеничный
	<b>Итого за Обед</b>
	<b>Итого за день</b>

### Суббота, 1 неделя

54-7з	<b>Завтрак</b> Салат из белокочанной капусты
54-22м	Рагу из курицы
54-23гн	Кофейный напиток с молоком
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный
	<b>Итого за Завтрак</b>

54-3з	<b>Обед</b> Помидор в нарезке
54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая
54-1м	Бефстроганов из отварной говядины
54-7хн	Компот из смородины
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный
	<b>Итого за Обед</b>
	<b>Итого за день</b>

### Понедельник, 2 неделя

53-19з	<b>Завтрак</b> Масло сливочное (порциями)
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке
54-22к	Каша жидкая молочная овсяная
54-2гн	Чай с сахаром
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный
Пром.	Батон нарезной
	<b>Итого за Завтрак</b>

54-4з	<b>Обед</b> Перец болгарский в нарезке
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной
54-21г	Горошница
54-5м	Котлета из курицы
54-2хн	Компот из кураги
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный
	<b>Итого за Обед</b>
	<b>Итого за день</b>

## Вторник, 2 неделя

### Завтрак

54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью
54-12м	Плов с курицей
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный

### Итого за Завтрак

### Обед

54-2з	Огурец в нарезке
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)
54-10г	Картофель отварной в молоке
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)
200	Кисель с витаминами "Витошка"
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный

### Итого за Обед

### Итого за день

## Среда, 2 неделя

### Завтрак

41	салат картофельный с капустой свежей и кукурузой
54-26к	Каша жидкая молочная рисовая
54-21гн	Какао с молоком
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный

### Итого за Завтрак

### Обед

54-21з	Кукуруза сахарная
54-22с	Борщ с капустой и картофелем
54-1г	Макароны отварные
54-18м	Печень говяжья по-строгановски
54-3соус	Соус красный основной
54-32хн	Компот из свежих яблок
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный

### Итого за Обед

### Итого за день

## Четверг, 2 неделя

### Завтрак

54-27з	Морковь отварная дольками
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая
54-25м	Курица тушеная с морковью
54-2гн	Чай с сахаром
Пром.	хлеб пшеничный йодированный
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный

### Итого за Завтрак

### Обед

54-28з Свекла отварная дольками  
54-9с Суп фасолевый  
54-11г Картофельное пюре  
54-16м Тефтели из говядины с рисом  
54-3хн Компот из чернослива  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

**Итого за Обед**

**Итого за день**

**Пятница, 2 неделя**

**Завтрак**

53-19з Масло сливочное (порциями)  
54-27к Каша жидкая молочная манная  
200 Кисель с витаминами "Витошка"  
Пром. Батон нарезной  
Пром. Повидло абрикосовое  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

**Итого за Завтрак**

**Обед**

54-3з Помидор в нарезке  
54-24с Суп картофельный с макаронными изделиями  
54-5г Каша перловая рассыпчатая  
54-6м Биточек из говядины  
54-2соус Соус белый основной  
54-7хн Компот из смородины  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

**Итого за Обед**

**Итого за день**

**Суббота, 2 неделя**

**Завтрак**

54-2з Огурец в нарезке  
54-1г Макароны отварные  
54-23м Биточек из курицы  
54-3соус Соус красный основной  
54-3гн Чай с лимоном и сахаром  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный  
Пром. хлеб пшеничный йодированный

**Итого за Завтрак**

**Обед**

54-21з Кукуруза сахарная  
54-2с Борщ с капустой и картофелем со сметаной  
54-28м Жаркое по-домашнему из курицы  
54-1хн Компот из смеси сухофруктов  
Пром. хлеб пшеничный йодированный  
Пром. Хлеб ржано-пшеничный

**Итого за Обед**

**Итого за день**

**Средние показатели за Завтрак**

**Средние показатели за Обед**

**Средние показатели за период**

Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
60	0,5	6,1	4,3	74,3
200	8,3	10,1	37,6	274,9
200	0,2	0	6,4	26,8
40	3	0,3	19,7	93,8
20	1,3	0,2	7,9	39,1
<b>520</b>	<b>13,3</b>	<b>16,7</b>	<b>75,9</b>	<b>508,9</b>
200	5	5,8	11,3	116,9
150	15,6	9,2	26,2	249,6
150	4,5	5,5	26,5	173,7
80	11,6	11,7	6,5	177,5
30	0,8	1,1	1,3	18,7
200	0	0	22,1	88,3
30	2,3	0,2	14,8	70,3
20	1,3	0,2	7,9	39,1
<b>860</b>	<b>41,1</b>	<b>33,7</b>	<b>116,6</b>	<b>934,1</b>
<b>1380</b>	<b>54,4</b>	<b>50,4</b>	<b>192,5</b>	<b>1443</b>
60	1,1	3,3	5,5	56,2
150	3,1	5,3	19,8	139,4
90	12,7	5,2	4	113,7
30	2	0,4	11,9	58,7
200	1	0,2	20,2	86,6
30	2,3	0,2	14,8	70,3
<b>560</b>	<b>22,2</b>	<b>14,6</b>	<b>76,2</b>	<b>524,9</b>
30	7	8,9	0	107,5
60	0,9	0,1	5,2	25,2
200	4,7	5,6	5,7	92,2
150	3,6	4,8	36,4	203,5
80	10,2	3,3	4,9	89,8
30	1,1	2,2	2,9	35,7
200	0,5	0,2	19,4	81,3
60	4,6	0,5	29,5	140,6
30	2	0,4	11,9	58,7
<b>840</b>	<b>34,6</b>	<b>26</b>	<b>115,9</b>	<b>834,5</b>
<b>1400</b>	<b>56,8</b>	<b>40,6</b>	<b>192,1</b>	<b>1359,4</b>



60	0,8	2	4,1	37,6
220	6,5	6,4	36,3	228,6
200	3,9	2,9	11,2	86
30	2,3	0,2	14,8	70,3
30	2	0,4	11,9	58,7
<b>540</b>	<b>15,5</b>	<b>11,9</b>	<b>78,3</b>	<b>481,2</b>
60	0,8	0,1	2,9	15,4
200	4,8	2,2	15,5	100,9
150	4,4	5,3	30,5	187,1
80	13,9	9,1	12,5	187,5
200	1	0,1	15,6	66,9
50	3,8	0,4	24,6	117,2
20	1,3	0,2	7,9	39,1
<b>760</b>	<b>30</b>	<b>17,4</b>	<b>109,5</b>	<b>714,1</b>
<b>1300</b>	<b>45,5</b>	<b>29,3</b>	<b>187,8</b>	<b>1195,3</b>
60	1	6,1	5,8	81,5
150	5,3	4,9	32,8	196,8
80	14,6	13,9	13,1	236,2
20	0,7	0,5	1,8	14,1
200	0	0	22,1	88,3
20	1,5	0,2	9,8	46,9
<b>530</b>	<b>23,1</b>	<b>25,6</b>	<b>85,4</b>	<b>663,8</b>
60	0,5	6,1	4,3	74,3
200	6,5	2,8	14,9	110,9
150	4,5	5,5	26,5	173,7
80	9,9	3,4	4	85,9
30	0,8	1,1	1,3	18,7
200	0,5	0	19,8	81
60	4,6	0,5	29,5	140,6
30	2	0,4	11,9	58,7
<b>810</b>	<b>29,3</b>	<b>19,8</b>	<b>112,2</b>	<b>743,8</b>
<b>1340</b>	<b>52,4</b>	<b>45,4</b>	<b>197,6</b>	<b>1407,6</b>
4	0	2,9	0,1	26,4
200	7,2	9,3	34,1	249
200	4,7	3,5	12,5	100,4
30	2,3	0,2	14,8	70,3
25	0,1	0	16	64,3
20	1,3	0,2	7,9	39,1
22	1,7	0,6	11,3	57,6
<b>501</b>	<b>17,3</b>	<b>16,7</b>	<b>96,7</b>	<b>607,1</b>

60	0,5	0,1	1,5	8,5
200	1,6	3,7	11,5	85,8
150	3,5	4,8	35	196,8
100	13,9	7,4	6,3	147,3
200	0,2	0,1	9,9	41,6
60	4,6	0,5	29,5	140,6
50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>820</b>	<b>27,6</b>	<b>17,2</b>	<b>113,5</b>	<b>718,4</b>
<b>1321</b>	<b>44,9</b>	<b>33,9</b>	<b>210,2</b>	<b>1325,5</b>

60	1,5	6,1	6,2	85,8
200	21	7	17,5	217,3
200	3,9	2,9	11,2	86
30	2,3	0,2	14,8	70,3
20	1,3	0,2	7,9	39,1
<b>510</b>	<b>30</b>	<b>16,4</b>	<b>57,6</b>	<b>498,5</b>

60	0,7	0,1	2,3	12,8
200	5,9	6,8	12,5	134,6
150	8,2	6,3	35,9	233,7
80	12	12,4	1,9	167,4
200	0,3	0,1	8,4	35,5
60	4,6	0,5	29,5	140,6
30	2	0,4	11,9	58,7
<b>780</b>	<b>33,7</b>	<b>26,6</b>	<b>102,4</b>	<b>783,3</b>
<b>1290</b>	<b>63,7</b>	<b>43</b>	<b>160</b>	<b>1281,8</b>

4	0	2,9	0,1	26,4
15	3,5	4,4	0	53,7
220	7,5	8,2	27,1	211,9
200	0,2	0	6,4	26,8
30	2,3	0,2	14,8	70,3
30	2	0,4	11,9	58,7
22	1,7	0,6	11,3	57,6
<b>521</b>	<b>17,2</b>	<b>16,7</b>	<b>71,6</b>	<b>505,4</b>

60	0,8	0,1	2,9	15,4
200	4,7	5,6	5,7	92,2
150	14,5	1,3	33,8	204,8
80	15,3	3,4	10,7	134,9
200	1	0,1	15,6	66,9
60	4,6	0,5	29,5	140,6
30	2	0,4	11,9	58,7
<b>780</b>	<b>42,9</b>	<b>11,4</b>	<b>110,1</b>	<b>713,5</b>
<b>1301</b>	<b>60,1</b>	<b>28,1</b>	<b>181,7</b>	<b>1218,9</b>

60	1	6,1	5,8	81,5
200	27,2	8,1	33,2	314,6
200	0,2	0,1	6,6	27,9
30	2,3	0,2	14,8	70,3
20	1,3	0,2	7,9	39,1
<b>510</b>	<b>32</b>	<b>14,7</b>	<b>68,3</b>	<b>533,4</b>

60	0,5	0,1	1,5	8,5
200	5,1	5,8	10,8	115,6
150	4,5	5,5	26,5	173,7
90	12,5	6,7	5,7	132,5
200	0	0	22,1	88,3
60	4,6	0,5	29,5	140,6
40	2,6	0,5	15,8	78,2
<b>800</b>	<b>29,8</b>	<b>19,1</b>	<b>111,9</b>	<b>737,4</b>
<b>1310</b>	<b>61,8</b>	<b>33,8</b>	<b>180,2</b>	<b>1270,8</b>

60	1,1	3,3	5,5	56,2
220	5	6,3	26,7	183,9
200	4,7	3,5	12,5	100,4
40	3	0,3	19,7	93,8
20	1,3	0,2	7,9	39,1
<b>540</b>	<b>15,1</b>	<b>13,6</b>	<b>72,3</b>	<b>473,4</b>

60	1,2	0,2	6,1	31,3
200	4,3	3,5	7,5	78,3
150	5,3	4,9	32,8	196,8
80	13,4	12,7	5,3	189,2
30	1	0,7	2,7	21,2
200	0,2	0,1	9,9	41,6
60	4,6	0,5	29,5	140,6
30	2	0,4	11,9	58,7
<b>810</b>	<b>32</b>	<b>23</b>	<b>105,7</b>	<b>757,7</b>
<b>1350</b>	<b>47,1</b>	<b>36,6</b>	<b>178</b>	<b>1231,1</b>

60	0,8	2	4,1	37,6
150	8,2	6,3	35,9	233,7
90	12,7	5,2	4	113,7
200	0,2	0	6,4	26,8
30	2,3	0,2	14,8	70,3
20	1,3	0,2	7,9	39,1
<b>550</b>	<b>25,5</b>	<b>13,9</b>	<b>73,1</b>	<b>521,2</b>

60	0,9	0,1	5,2	25,2
200	6,8	4,6	14,4	125,9
150	3,1	5,3	19,8	139,4
80	11,6	11,7	6,5	177,5
200	0,5	0,2	19,4	81,3
40	3	0,3	19,7	93,8
40	2,6	0,5	15,8	78,2
<b>770</b>	<b>28,5</b>	<b>22,7</b>	<b>100,8</b>	<b>721,3</b>
<b>1320</b>	<b>54</b>	<b>36,6</b>	<b>173,9</b>	<b>1242,5</b>

4	0	2,9	0,1	26,4
200	5,3	5,7	25,3	174,2
200	0	0	22,1	88,3
22	1,7	0,6	11,3	57,6
25	0,1	0	16	64,3
30	2,3	0,2	14,8	70,3
30	2	0,4	11,9	58,7
<b>511</b>	<b>11,4</b>	<b>9,8</b>	<b>101,5</b>	<b>539,8</b>

60	0,7	0,1	2,3	12,8
200	4,8	2,2	15,5	100,9
150	4,4	5,3	30,5	187,1
80	14,6	13,9	13,1	236,2
30	0,8	1,1	1,3	18,7
200	0,3	0,1	8,4	35,5
40	3	0,3	19,7	93,8
30	2	0,4	11,9	58,7
<b>790</b>	<b>30,6</b>	<b>23,4</b>	<b>102,7</b>	<b>743,7</b>
<b>1301</b>	<b>42</b>	<b>33,2</b>	<b>204,2</b>	<b>1283,5</b>

60	0,5	0,1	1,5	8,5
150	5,3	4,9	32,8	196,8
80	15,3	3,4	10,7	134,9
30	1	0,7	2,7	21,2
200	0,2	0,1	6,6	27,9
20	1,3	0,2	7,9	39,1
30	2,3	0,2	14,8	70,3
<b>570</b>	<b>25,9</b>	<b>9,6</b>	<b>77</b>	<b>498,7</b>

60	1,2	0,2	6,1	31,3
200	4,7	5,7	10,1	110,4
220	27,3	6,8	19,3	248,2
200	0,5	0	19,8	81
60	4,6	0,5	29,5	140,6
60	4	0,7	23,8	117,4
<b>800</b>	<b>42,3</b>	<b>13,9</b>	<b>108,6</b>	<b>728,9</b>

1370

68,2

23,5

185,6

1227,6

<b>Масса</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Энергетическая ценность</b>	<b>B1</b>	<b>B2</b>	
<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>г</b>	<b>ккал</b>	<b>мг</b>	<b>мг</b>	
530,25	20,71	15,02	77,83		529,69	0,28	0,31
801,67	33,53	21,18	109,16		760,89	0,46	0,57
1331,9	54,2	36,2	187		1290,6	0,7	0,9













A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	
мкг	рети.эк мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	
0	0,47	13,8	661,08		0	261,41	101,09	311,48
0	0,65	43,92	912,98		0	292,16	135,97	471,3
0	1,1	57,7	1574,1		0	553,6	237,1	782,8













<b>Fe</b>	<b>I</b>	<b>Se</b>	<b>F</b>
<b>МГ</b>	<b>МКГ</b>	<b>МКГ</b>	<b>МКГ</b>
<b>4,27</b>	<b>65,35</b>	<b>15,36</b>	<b>111,87</b>
<b>6,98</b>	<b>118,58</b>	<b>25,51</b>	<b>324,13</b>
<b>11,3</b>	<b>183,9</b>	<b>40,9</b>	<b>436</b>

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Основное(56536)
2	Информация о возрастной группе детей	от 7 до 11 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Общеобразовательная организация
5	Режим питания	Завтрак, обед
6	Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептов предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.», «сборник рецептов на продукцию для всех обучающихся во всех образовательных учреждениях, М.П. Могильный и В.А. Тутельян»,
7	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах	Использование полуфабрикатов в меню не планируется
8	Информация о наличии в организации детей с сахарным диабетом, целиакией, пищевой аллергией, фенилкетонурией, муковисцидозом	Детей с ОВЗ в организации - 3. Детей с Без особенностей в организации - 68.

### Информация об энергетической, пищевой и витаминно-минеральной ценности меню

#### Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	530.3	500	106%	22 %
Калорийность, ккал.	529.7	470-675.6	42%	21%
Количество белков (г)	20.7	38.5	54%	27%
Количество жиров (г)	15.08	39.5	38%	19%
Количество углеводов (г)	77.8	167.5	46%	23%
Витамин С, мг	13.8	30	46%	23%
Витамин В1, мг	0.28	0.6	47%	23%
Витамин В2, мг	0.31	0.7	44%	22%
Витамин А, мкг рэ	361.64	350	103%	52%
Кальций, мг	261.41	550	48%	24%
Магний, мг	101.09	125	81%	40%
Железо, мг	4.27	6	71%	36%

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Завтрак (в %)	сутки (в %)
Калий, мг	646.4	550	118%	59%
Йод, мкг	65.34	50	131%	65%
Селен, мкг	15.36	15	102%	51%

### Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Обед (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	801.7	700	115%	33 %
Калорийность, ккал.	760.9	705-1036.4	60%	30%
Количество белков (г)	33.48	38.5	87%	43%
Количество жиров (г)	21.14	39.5	54%	27%
Количество углеводов (г)	109.19	167.5	65%	33%
Витамин С, мг	43.92	30	146%	73%
Витамин В1, мг	0.46	0.6	77%	38%
Витамин В2, мг	0.57	0.7	81%	41%
Витамин А, мкг рэ	1055.87	350	302%	151%
Кальций, мг	292.16	550	53%	27%
Магний, мг	135.97	125	109%	54%
Железо, мг	6.97	6	116%	58%
Калий, мг	1262.18	550	229%	115%
Йод, мкг	118.58	50	237%	119%
Селен, мкг	25.51	15	170%	85%

### Информация о содержании соли и сахара в меню

#### Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Завтрак (в %)
Соль (г)	1	1	100%
Сахар (г)	7.7	10	77%

#### Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Обед (в %)
Соль (г)	1.2	1.5	80%

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Обед (в %)
Сахар (г)	7.1	10	71%

## Фрагмент заключительной части экспертного заключения

Рассмотренное меню соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по следующим пунктам:

- 1. Меню безопасное** (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов - нет)
- 2. Меню разнообразное** (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
3. Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 12 дня(ей)Обед - 12 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 15.6%, 25.6%, и 58.7% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.6%, 25%, и 57.4% соответственно.
4. Потребность в витаминах и минеральных веществах **соответствует** регламентированным показателям:  
*Витамин С, мг Витамин В1, мг Витамин В2, мг Витамин А, мкг рэ Кальций, мг Магний, мг Железо, мг Йод, мкг Селен, мкг Калий, мг .*
- 5. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
- 6. В меню отсутствуют колбасные изделия, кондитерские изделия, бутерброды, консервированные томаты, консервированные огурцы.**

---

**Рассмотренное меню отвечает принципам здорового питания и требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и может быть предложено к утверждению и реализации.**

---

Экспертное заключение сформировано в ПС "Мониторинг питания и здоровья" ФБУН Новосибирским НИИ гигиены Роспотребнадзора. Выдано для "МБОУ "Соболевская СОШ"" 02.09.23.